

УТВЕРЖАЮ
Заведующий (Кулабухова Е.Н.)



Меню на 13.10.2022 (Сад)

Блюдо	Выход, г	Эн.ценность (ккал.)	Белки, г	Углеводы, г	№ рецептуры	
Завтрак 1						
Каша пшеничная молочная	220	69,08	0,77	2,55	10,78	1
Кофейный напиток на молоке	200	107,08	3,06	3,2	17,34	
Батон с маслом	43	112,52	3,32	1,29	21,52	1
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					1
Кофейный напиток	180	211,48	4,97	5,69	35,12	
Завтрак 2						
Яблоко	90	40,27	0,37	0,37	8,96	6
Кисель фруктовый	180					1
Обед						
Щи из свежей капусты на мясокостном бульоне	200	228,7	5,16	15,64	18,24	1
Суфле мясное	130	233,53	22,22	12,17	8,92	
Свекла отварная	50	52,5	0,85	3,4	4,6	10
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Хлеб	44	123,08	3,95	1,43	25,27	1
Батон	35	121,96	3,49	1,4	23,97	1
Картофель тушеный с мясом	170	122,76	2,13	5,87	15,37	1
Соль	4					1
Итого за обед	813	1085,08	38,81	39,91	146,01	
Полдник						
Бифидок	185	105,91	5,07	5,75	8,47	5
Батон	35	121,96	3,49	1,4	23,97	1
Компот из сухофруктов	180	202,55	1,01		49,64	
Ужин 1						
Запеканка творожная	250	386,65	28,3	19,42	23,6	
Сладкая подлива	40	22,4			14,4	
Чай с сахаром	180	47,32	11,52	2,93	12,49	5
Каша пшеничная с растительным маслом и сахаром	130					1
Итого день	2856	2512,3	100,69	82,51	372,3	

Исполнитель: Старшая медсестра *Кулабухова* (Кулабухова О.В.)
 Шеф-повар: *Душина* (Душина С.М.)